



Grünkohl-Curry mit Shiitake

und Kartoffeln



30-40Min.



3-4 Personen

Winterzeit ist Grünkohlzeit! In der eigenen Anzucht wird Grünkohl üblicherweise erst nach dem ersten Frost geerntet - in vielen Teilen Deutschlands geht das einher mit kulturellen Festen, wie zum Beispiel der Kohlfahrt im Oldenburger Land. Aber so lange musst du heute nicht auf deinen Kohl warten: Stattdessen kannst du ihn dir schon asiatisch angehaucht mit Kokosmilch und Shiitake-Pilzen zu einem leckeren Curry anrichten!

Was du von uns bekommst

- 1 unbehandelte Limette
- 2 Packungen Shiitake-Pilze
- 1 Packung Karotten
- 1 Packung gelbe Currypaste
- 1 Packung Kokosmilch
- 1kg festkochende Kartoffeln
- 1 Packung Grünkohl
- 1 Packung Cashewnüsse¹⁵

Was du zu Hause benötigst

- Pflanzenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne
- großer Kochtopf
- Küchenreibe
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 575.0kcal, Fett 27.4g, Eiweiß 13.1g, Kohlenhydrate 60.2g



1. Kartoffeln kochen

Ausreichend gesalzenes Wasser in einem großen Topf für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. In der Zwischenzeit die **Kartoffeln** in ca. 2cm große Würfel schneiden. Sobald das Wasser kocht, für ca. 20-25Min. garen, dann abgießen und gut abtropfen lassen.



2. Gemüse schneiden

Inzwischen die **Shiitake-Pilze** putzen und in feine Streifen schneiden. Die **Karotten** schälen und diagonal in ca. 0,5cm schräge Scheiben schneiden. Den **Grünkohl** grob hacken.



3. Cashews rösten

Nun in einer großen Pfanne oder Wok auf mittlerer Hitze die **Cashewnüsse** für ca. 1Min. ohne Öl anrösten. Aus der Pfanne nehmen, die Pfanne aufheben.



4. Gemüse anbraten

Nun 1EL Pflanzenöl in der Pfanne oder Wok hoch erhitzen und **Pilze** und **Karotten** für ca. 3-4Min. anbraten. Dann den **Grünkohl** hinzufügen und weitere ca. 5-6Min. anbraten.



5. Curry ansetzen

Die **Kokosmilch** und ca. 100-150ml Wasser zum **Gemüse** hinzufügen und **je nach Schärfewunsch** die **Currypaste** untermischen und einmal aufkochen lassen. Dann ca. 5-6Min. auf niedriger Hitze leicht köcheln lassen. **Tipp:** Die **restliche Currypaste** einfach im Kühlschrank aufheben.



6. Limette entsaften

Zum Schluss die **Schale der Limette** abreiben und halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **zweite Hälfte** in Spalten schneiden. Den **Abrieb** und **Saft** unter das **Curry** mischen und mit den **Kartoffeln**, garniert mit den **Cashewnüssen** und den **Limettenspalten** servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**